



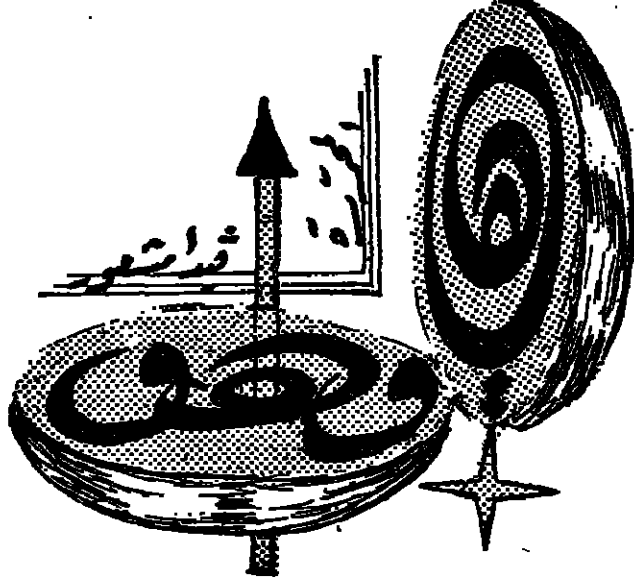






# كلمة

اغزائي القراء  
قد تختلف طرقنا في الاحتفال بالاعياد .. وقد تتنوع ازيه العيد ووجاته ..  
الا ان الشعور بالاعياد يكاد يكون واحدا .. انه الشعور بان اعياد تيجي وتروح ، تقدم وتر ، وفي كل عام نقف اكثر من العام الذي سبقه ..  
طعم العيد ..  
في كل عام نشعر ان نشوة الاعياد الماضية اخذت في التلاشي



هناك من يعتقد ان رغد العيش جعل ايام العيد لا تختلف عن الايام العادية ..  
ففي الماضي كانت وجبة العداو لباسه افضل بكثير منها في الايام العادية ..  
قد يكون هذا تفسيراً معقولاً ولكنه ليس التفسير الوحيد ..  
وفي الواقع ان اعياد الحياة تفلت جدا ، ونحن نبحت عن الراحة والهوى .. الداخلي والسلام ..  
هذه الامور هي التي تجعل حياتنا تختلف .. وانا اسأل الله ان تكون هذه الامور ملكا لنا في العيد فحسب بل وفي كافة ايام السنة .. واذا تعلموا ذلك فعل الاقل .. لكن هذه الامور مميزات لاعيادنا ومنااسباتنا .. كما يريدونها ..  
وكل عام وانتم بخير ..

## كيف بدأ الرجل يستعبر المرأة

كثيرا ما يستوقفنا السؤال التالي .. هل كان وضع المرأة منذ فجر التاريخ مماثلا لوضعها في العصر الحاضر ؟  
ليس الجواب عن هذا السؤال امرا سهلا ، فقلة المصادر التي نستطيع ان نستند منها جديدا لكن الباحثين الذين تناولوا بفحص حيلولة استئصال الانثى البالية من عهود الظلمة ، وعصوا الى درس احوال الشعوب البدائية والقبائل الهجينة في مختلف بقاع الارض ومراقبة التطورات التي مرت بها هذه القبائل وبفضل الدراسات العلمية ، تمكنوا من وضعها حول الموضوع نظريات ، تضاهي نظريات العلوم من حيث الدقة والعمق

تدلنا الدراسات على ان النساء في العصور البدائية - نظير نساء القبائل المعروفة اليوم في قوى اجسامها وبأخلاقها ، كانت على الكفاح من النساء ، المتضررات في عصرنا الحاضر ..  
وكانت قوة البنية صفة ضرورية في نساء تلك العصور ، لان عمل المرأة كان مرهقا .. فوظيفة العمل والارضاع عندما لم ترتبط بمهنة ، ولم تقف الا حين تقارب من الهرم .. وكان عليها بالاضافة الى ذلك ان تقوم بالاعمال المنزلية الشاقة التي تعتمد القسوة البدنية بدلا من الالة ..

يتميز ان الرجل في تلك العصور كان يرتبط بالزور - بحكم الوظائف البيولوجية التي تجعله اقل قدرة على التنقل من الرجل ، فتمهله في الصناعات اليدوية التي تستلزم غروبا من المهارة والخلق ..  
تبنى البيت من الطين ، او حجر ، او تصنع من شعر او وبر تدعى الجلود وتضع منها الملابس - تهيئ الاثاث الحجري الضرورية لعملها ، تخبث اللحوم ، تحضر الاطعمة وتستخرج اكل الاواني التي كان ياتي بها الرجل - تصنع الاواني وتكلم وتخدمه وتخدمه بالوسيط والاواني الخشبية وتزخرها بالنقوش والرسوم .. كانت تراقب كل ما كان يقوم به الرجل في استخدام الحيوانات وزول ان ذول المبالغة التجارية ، وعامل البيع والشراء .. في ذلك الدور كان عمل المرأة ينظم اهمية من عمل الرجل ، لانه ذو قيمة مادية .. فهي مصدر نسل الذي به تستمر القبيلة وتكون مناعتها ، وهي القيمة على الارض والقائمة بالاعمال المنزلية التي تضمن لاسرة - كسفا ، والقدرة على الصمود في وجهها ..

تتطلب بقاء الارض وتدعيمها واستمرارها في حال انصراف الرجل الى اعمال الصيد - وهي ودي الارض التي كانت تشارك في فراء القبيلة لانعام نظام الملكية الخاصة في ذلك العصر ..  
ولم تكن المرأة مصدر الخصب والخصير ، والارض من كرامة ..  
وفي الايام البدائية كانت المرأة موضوع تقدير واحترام من قبل الرجل وسائر افراد القبيلة ، وكانت مبدود كثر من القبائل انسانا لا ذكورا ، وشاع عن بعض نظام اجتماعي يسمى النظام الاوحي ، ينتج للمرأة كثر في بيت اهلها ، ويقيم في بيت زوجها ..  
ويبقى لها السيطرة على الارض ، اما الاولاد فينتسبون الى افرامهم وهكذا يبقى الاثر حصورا في قبيلة الام ، في حين يتزوج النقال في قبيلة اخرى ويتبع زوجته ، وولادة يوردهم برون خاتمهم وكل منهم يورث ارضه اولاد ..

لكن تطور الاحوال دعا الى تطور الاقاليم .. اكتشف الرجل من البروتون وخذ يملك منه الات جديدة صالحة لغزارة الارض .. واستطاع ان ينجح

وقد يقتصر الرجل على زوجة واحدة شرعية يعني اولادها حق الانساب اليه ويرض عليها طاعة قبل الزواج ويدهم لانه لا كان رب الاسرة وعيلا ، فهو ياتي ان يعمل اولادا من غير صلبه ومن مقامه سيادة ان لا يلتزم به المرأة .. بل ينتفخ الطغايا والجورى ويستولكن الاولاد لكنه ياتي ان يعمل اولاد من امرأة واحدة ..

ان منزلة المرأة انخفضت خصوصا في بيئات الحرب والفتور اذ تعرضت للنسي وعجزت عن مجاراة الرجل في ميدان القتال ، وانضمت منزلتها كذلك في البيئات التي مكنت الرجل من الحصول على ثقل الوافر والاملاك الوفيرة فهايت له سبيل فلتا ، الزوجات الممديات واخذ الطغايا والجورى وحيث أصبحت المرأة طفيلة عاجزة عن الاتاج اخذت تعوز قيمتها الجنسية وتبرز محاسنها الجنسية بوسائل التبرج والافراء رغبة في الحصول على ما يؤولها ، ولتجيزها عن ثالة نفسها او الاستقلال الاقتصادي عندها ..

الشرائح الفاسدة ، تتجاذل الى وصي والى مهر يضمنان معاشها في حال الفلأق .. الا ان المرأة في بعض الحضارات القديمة ظلت تحتضن بيطرة سامية يحسبها بعض كثرين والباحثين ذرا من اثار عهد الامومة .. في مصر الفرعونية كان الاولاد ينتسبون الى امهاتهم وكانت للمرأة شركة الرجل ومساوية له في الحقوق في الارث وفي التركة الاجتماعية ويرجع عن العامل الرئيسي

منذ اكثر من ثلاثة وعشرين قرنا قال ارسطو طاليس الفيلسوف اليوناني المعروف بان الضو العنسي الذي لا يستغنى عنه او يتلاشى ، ومنذ ايام ارسطو طاليس الى الان والتواهر اليوم للحياء تؤكد هذا القول .. فالت ان كنت تعمل صيدا للسمك كنت قوى الدين والكتفين ضعيف الساقين .. واذا كنت مصصا لكساعات كنت حاد النظر دقيق الحركة والاداء ..  
وهكذا - ان كل عضو قوى وماهر يكون كذلك بقدر ما تضع فيه من قوة ومهارة عن طريق الاستعمال ، او ضعيفا وضعفا بقدر ما نهمله او تتركه بدون استعمال ..

يعتقد ان الانسان كان وهو في بداية ظهوره على هذا الكوكب ضعيفا حشا وعيدا او اسيرا للبيئة .. شانه في ذلك شأن الحيوانات والنباتات ، انه كانت البيئة تؤلفه وتقرينه حسب مهيئتها .. وكان عليه ان يتناول حاجته منها او يتنازع عن نفسه من اغفاره بالاضاء ، والايوزة التي تلغ لادك ، وكانت اعضائه واجهته نتيجة لذلك تكيف مع الحاجة والقانون الطبيعي للتمكين .. لقد كان الحيوان والنبات ، تدثر او نموت عندما تعجز عن التكيف مع انفعالات الطبيعة المظلمة او غوامرها المظلمة عليه ، لكن الانسان كان اكثر الاحياء قدرة على التعلم والحركة والصناعة ، فله عقل ويد لا يوجد مثال لها في الطبيعة وكيفية لها او تكييف مع البيئة وكيفية لها ..

كفاه ضد البيئة لتسخرها لخدمته وتحويل الواقع امامه الى وسائط هي في الواقع قصة الحضارة الانسانية ويعتبر لدا المرأة من الاعضاء الرئيسية في جسمها ، ولها اهمية خاصة ، فبواسطتها استمرت حياة الانسان بعد ولادته .. وبهذا المعنى فان الام لا تكتفي بعمل الجين في بطنها لخدمة اشهر بل تجعله على صدرها لخدمة الامم ..

لست انا من الذين يرون في الانتقال من بيته الصغيرة المظلمة في رحم المرأة الى البيوت الكثرية الفارحة كجديت سيرة بشرية بل كل حذب ومسوب ..  
وشملا كان جنيثا يعيش من الداخل فانه - ظلا - يعيش من الخارج ، وهو في كلنا الحائض يعيش من كثر في الامم ..

من الامم الى ان هذا النوع من العلاقة بين الذكر والظفر اخذ يصف ويؤزل في كثر من البلدان المتقدمة وتند غالبة الامهات المتعلمات في البلدان المتقدمة .. لقد حلت الرضاة محل التي وحل الحليب للصنع او حليب الصلب حليب الام ، ولذا كل الذي التكر من اهدب وصار تقليدا عند كثر من الامهات يررضن أطفالهن من زجاجة او رضاعة ..

بل ان بعضهن صار ينظر بقر الى فكرة ارضاع طفل من الثدي ، وهو بهذا يقاوم سنة الطبيعة وتضمره عليها ..  
ان الالار المتطورة لهذا الاتجاه محددة وكلاهما سليمة ، فالول الره هو صعوبة توفير صحة جسدية ونفسية جيدة للطفل للزعم من الرضاة من لدى امه مهما بلغت هذه الامم من جود توفر الرضاة والقداء ، الجدين له ، كذلك انها ومن اول يوم لولادته تحرمه من دفئا وبسببها التمثل في يديها وصدرها ونفثها ..

وتعمره من صلبه الباترة بها ومن شهوره بالاستقرار والامن في كنها ، انها تحرمه من تلك العلاقة الرضاة والمستقلة للطف ، والحنان والامل والارجاء والامن .. وتؤثر ما تصور انه راحة لها تدعى ان ذلك ليس شارا به وبمستقبل تكوينه ومستقبل علاقته بها ..

وان ادعاء عدد من الامهات بعجزهن الفسيولوجي عن تكوين الحليب يعود غير وارد ، لان ظاهرة حيوية قديمة او بالتي ظاهرة حيوية قديمة او طبيعية ولا لاقرضت من زمان غالات الاحياء التي ظلت عن الرضاة من الثدي الى الزجاجة كما ان الكاث ان ما يرسمه الره نفسه وما يتوهمه منها يؤول الى امانه او يوجه فيه ما يلزم لتلبية هذا الرسم او التوقع .. بل ان تشاهد حليب الامهات الحقيقيات يتدفق من الثديين عندما يكن عبيدات عن أطفالهن لم يغفرون في باهن ، وماذا الكسر وضوحا ما يفعله الحيوان او الفقرة عندما تمنح ابدان حليبها للفلأق لتوفره لعلها ..

لقد كنت اسمعهم يقولون عندما يجيئون الى البقرة شلت دوتها لتع تدفق الحليب من خلال يد اللأح الى الالاء ، انها ذكرت وكاوتوا يقولون اجعلوها ترى انها اودعوه يرضعها قليلا حتى تدركا وتد فلا ..

ان حالات العجز عن تكوين حليب الرضاة حالات نادرة وقد لا تصل الى عند اصابع اليد الواحد في السنة او في الالاف من النساء ..  
والان الهام في هذه المسألة ان كل علوم الطب والصحة وفنون التكنولوجيا

## هل يتلاشى صدر المرأة سنة ٢٠٠٠؟

والصناعة عجزت حتى الان عن صنع حليب شبيه تماما بحليب الام ، واطن انها لن تستطيع ذلك يوما .. لان حليب الام كما يبدو به اكسر الحياة كما ان الحليب الصنع سيكون عند



الطفل حليب من زجاجة جامدة لاجبة فيها .. لا من ام ، بل انهم لو جعلوا كل حليب الامهات ووضوه في زجاجات فانه سوف يفقد روحه ولا ينتفخ الطفل التلع الذي يحصل عليه من رضعته التي تتوافر من الاطباء والعلماء الكبار لتوافرهم لا يظنون الحقيقة التي تقول بان حليب ام هو احسن غذاء للولود حتى بلوغه سنة او سنتين ..

فهي ليس حادة غلظتها حليب العمر ، بل عامل وقاية للولود من امراض الجرثومية ايضا وهو يحيي الطفل من الامساك تامة تقريبا .. هذا بالإضافة الى ان ارضاع الطفل من الثديين لا يضمن حياته بعد الولادة فقط ، بل يضمن نموه ايضا ..

انه يسهل عمل امهات الطفل ومعلمه ويضمنه الحياة الجديدة .. كما انه سهل الهضم كما ان اللامعة الصلبة بين الام والطفل هي في الواقع لاصقة سيكولوجية واجتماعية دافئة جدا ستقل تعني للطفل ، ان الام شخص او انسان لا مثيل له ولا يقبل يمكن ان يحل محله .. بينما الارضاة بالزجاجة قد يجعل الام بالنسبة للطفل مجرد شيء غير هام ويمكن استبداله او العيش بدون ..

وان ادعاء بعض الامهات للمتمردات على الطبيعة بان ارضاع الولود من الثدي يشوهه هو اعتقاد خاطئ ، لان الشهوة او التبرج الذي يصيب شكل الذي نأما يعود الى التغيرات التي تحدث اثناء العمل لا نتيجة للرضاة وبالطبع يجب على الام المرصعة تعني شديدا غاية جيدة لتنظيمها بعد كل رضعة وتستند بها بواسطة صديقة مناسبة ..

وتعود الام بالامم عند محاولة الطفل الرضاة لأول مرة يجب ان لا يشي لراة عن ارضاعه من ثديها ، لانه ام لن يطول امه ، بل انترك الولود يمضض حلمة الثدي دافئة او اكثر في مرات الرضاة الاولى ..

يساعد على منح التهاب العلمية .. في جميع الاحوال فان الام السني ترضع الامم في البداية لا يعادل جمال جزا سيرا من الامم التي فاستها عند ولادته ، والتي تحتمل كل هذه الامم من اجل انجاب طفل اول بها ان تجعل اخف منها بكثير ..

في سبيل صحتة الجنسية والنفسية والاجتماعية بل في سبيل علاقته بباية بيته وبيته في المستقبل ..  
وناني هذه الامم حادة في القدماء ، وسوء التفذية او الجوع ، واذا صح ما تقوله منظمة الاذوية والزراعة من

١٥٠٠٠ بالية من سكان العالم لا يحصلون على الكمية الكافية من النظام كان معنى ذلك ان اكثر من ٥٠٠ مليون نسمة من سكان هذا العالم يقاسون من قلة التغذية بالاضافة الى ثلاثة او اربعة اضعاف هذا العدد منهم يعانون من سوء التغذية ، وما دام الامر كذلك فان قيام ملايين الامهات الاراض بالاعتدال على الحليب الجاهز سوما وتقيدها وقاها ..

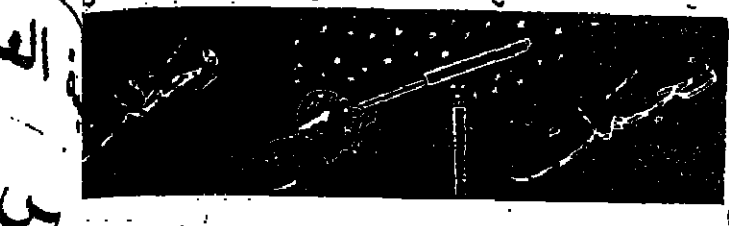
والقول بان الامم بان الام تحتاج الى اكل اكثر او افضل لتكوين الحليب به كثر من المبالغة او التبرير لتجنب ارضاع الاطفال .. لان الام تاكل في الحائض ما توفره امكاناتها لها ، كما انها في الواقع لا تزيد من اكلها او لا تنقصه لتوفر

ابدي في الغاية يشعرك من الان فاخترتي اللون الذي سيقهر به في العيد واذا فكرت في صبح شعرك العيب اني تغفري لونا يتناسب مع لون شعرك وسك لونا كانت بشرك يضاء وخجودك وردية تنفسي الصيغة العفراء ، واذا بلغت سن



المعمول

المقادير  
كيلو سميد بلدي ناعم - نصف  
كيلو جوز - قليل من ماء الزهر  
نصف الى ثلاثة ارباع كوب سكر  
ناعم - ثلث كيلو سم - ماء فاني  
ماء بارد - ربع الى نصف كيلو ، كوب  
الطريقة :  
١- ينخل السميد وتعمل حفرة  
بوسطه ..  
٢- يسخن السمك ويصب في  
الحفرة ويقلب حتى تهلم حرارته ..



١٢-٢٣-٢٤  
تصادف لشخصا سلبين يتحاورا الكارا جديدة .. ظروفك الحالية لا تكون حية كما يبدو لك .. اجتمع حيويتك ونشاطك لتستعيد الامور الملهة والهجويرة ..

حدث طفاحي .. هذا الاسير يهلك في الانتقال الى مرحلة جديدة .. وافضل .. اسبوع تشبثا يتضاعف فيه مجهودك وانتاجك .. حيك له دور اساسي في حياتك العملية ..

اسبوع مؤات لا تفقد فرصته على الصديقين العملي والمباشر .. حكمة بالتناجح .. ابدع عن قدرتك ولا غشبي .. الناس ظفن فيك ..

اشوق متزايه لحبيب جديد .. تردد بقبول ما يرضي عينا .. هذا اسبوع .. اسبوع نسيج .. وصفات مرهقك كيف تستغل .. مشكلة متصصة في ظرفها ..

الحل .. صديق مقصص يقدم لك .. مساعدة عامة دون ان يطلب مقابل .. ما .. نشاطات خاصة في مجال العمل .. ترغف من شانه وقد تنقل جيء ..

رحلة ممتعة مع شخص قبي .. نقل غير مشي في محيط الطالب .. ضاعف من مساندتك مع افراد العائلة .. اجتماع عام مع شخص مرموقة ..

رسالة تحل انا سارة وطاق .. جيلة .. تذكر .. ترقية الشمر افضل بكثير من فقدان الال .. مركز مرموق يحصل عليه احد المستوفين الذين يقدمون تشااا .. ومواهبك ..

تكتفي في غير محلها قد تغل .. ازمة .. احذر التفرغ لكلام وفار .. ولكن من الجهة الاخرى قم باي عمل .. تراه مناسبا ومريحا لقميكم ..

تصبر لتفريق الاخير .. انما كان جلدك جالا فلكيه .. مغني من اسفل الرقة الى اسف .. الى الفؤاد والقلب لم الى اعلى .. لم اسفل العين الى ان يتم ذا .. والنسبة للكرم لانا ..

بشركه دعينة فاختاري كريد .. بالتمتع .. بما اذا كانت بشركه .. جالته فاستملي كرميات من .. تحتوي على مودة دعينة ..

عنه عمل الماكياج يجب ان .. على اللون مستطوره لتجني .. تشبث بشركه لانا كنت شة .. بشرة خفية لتجني البوابة .. او الصفر .. واخر الشك .. يكون وديا ..

واذا كنت سمراء ذات بشرة .. بالعودة للالام .. في اللون .. القاتم وفي احمر الشفا .. نهاية الرقة والاك استمليت .. اللون فاخترتي له بودة بشر ..

ووضع للتاكاج كله بللي .. من القطن بللاء البارء .. ثم اخبري بها وجعل ريق لا .. يساعد على الحفاظ على تمش .. للتاكاج لجة طويلة ..

والا كانت ذات بشرة يضاء .. عن البودة الصفاء .. واخترتي لشفا الكستاني .. واذا كنت شقرة فاستملي .. البودة البيج .. وعده وضع .. عليك العنصر على بعض الف .. التي تقهره بمظهر جميل .. قليلا من كريم الاساس فوق .. حتى يبقى ماكياج العين كاد .. قوية وان يضي كريم ال .. الوجه كله من مبات الشمر .. نهاية الرقة والاك استمليت .. اللون فاخترتي له بودة بشر ..

ووضع للتاكاج كله بللي .. من القطن بللاء البارء .. ثم اخبري بها وجعل ريق لا .. يساعد على الحفاظ على تمش .. للتاكاج لجة طويلة ..

والا كانت ذات بشرة يضاء .. عن البودة الصفاء .. واخترتي لشفا الكستاني .. واذا كنت شقرة فاستملي .. البودة البيج .. وعده وضع .. عليك العنصر على بعض الف .. التي تقهره بمظهر جميل .. قليلا من كريم الاساس فوق .. حتى يبقى ماكياج العين كاد .. قوية وان يضي كريم ال .. الوجه كله من مبات الشمر .. نهاية الرقة والاك استمليت .. اللون فاخترتي له بودة بشر ..

ووضع للتاكاج كله بللي .. من القطن بللاء البارء .. ثم اخبري بها وجعل ريق لا .. يساعد على الحفاظ على تمش .. للتاكاج لجة طويلة ..

والا كانت ذات بشرة يضاء .. عن البودة الصفاء .. واخترتي لشفا الكستاني .. واذا كنت شقرة فاستملي .. البودة البيج .. وعده وضع .. عليك العنصر على بعض الف .. التي تقهره بمظهر جميل .. قليلا من كريم الاساس فوق .. حتى يبقى ماكياج العين كاد .. قوية وان يضي كريم ال .. الوجه كله من مبات الشمر .. نهاية الرقة والاك استمليت .. اللون فاخترتي له بودة بشر ..

ووضع للتاكاج كله بللي .. من القطن بللاء البارء .. ثم اخبري بها وجعل ريق لا .. يساعد على الحفاظ على تمش .. للتاكاج لجة طويلة ..

والا كانت ذات بشرة يضاء .. عن البودة الصفاء .. واخترتي لشفا الكستاني .. واذا كنت شقرة فاستملي .. البودة البيج .. وعده وضع .. عليك العنصر على بعض الف .. التي تقهره بمظهر جميل .. قليلا من كريم الاساس فوق .. حتى يبقى ماكياج العين كاد .. قوية وان يضي كريم ال .. الوجه كله من مبات الشمر .. نهاية الرقة والاك استمليت .. اللون فاخترتي له بودة بشر ..

ووضع للتاكاج كله بللي .. من القطن بللاء البارء .. ثم اخبري بها وجعل ريق لا .. يساعد على الحفاظ على تمش .. للتاكاج لجة طويلة ..





